



Australian Government  
Department of Health

**ཀན་གསལ་སྡེ་ཁག་ནང་ཉོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་- ༡༩ ཡིས་གཞོན་སྐྱོན་ཐོག་བ་དག་གི་ཆེད་སེམས་སྤྲུག་དང་སེམས་གཅོང་རོགས་རམ།**

ཨོ་སི་ཱོ་ལི་ཡའི་གཞུང་གིས་ཨོ་སི་ཱོ་ལི་ཡའི་ཀན་གསལ་སྡེ་ཁག་ཆེད་སེམས་སྤྲུག་དང་བོད་ཆག  
དེ་བཞིན་སེམས་གཅོང་རམ་འདེགས་དག་མཁོ་སྤོད་བྱེད་ཆེད་ཞབས་ཀྱི་དག་ལ་མ་དངུལ་རོགས་རམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།  
ཞབས་ཀྱི་འདི་དག་ནི་ཀན་གསལ་སྡེ་སྤོང་དང་བྱིས་ཚང་ལྟ་སྤོང་གནས་སྤོང་པ།  
དེ་བཞིན་དེ་དག་གི་དགའ་ཉེ་དང་ཀན་གསལ་སྡེ་སྤོང་ལས་བྱེད་དག་ལ་ཐོབ་རུང་ཡོད། བྱིས་ཀྱིས་ཞབས་ཀྱི་འདི་དག་སོ་སོས་བེད་སྤོང་བྱེད་ཆོག་ཡང་ན།  
བྱིས་ཀྱི་དགའ་ཉེ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དེ་དག་སྐོར་ལེས་སུ་འཇུག  
དེ་དག་མི་ཚང་མར་བེད་སྤོང་བྱེད་རྒྱ་རིན་མེད་ཡིན།

ཚོགས་སྡེ་འདི་དག་ཚང་མས་མིའི་རིག་གཞུང་དང་ཚོས་ལུགས། རོ་བོ། ལོ་མས་སྤོལ་ལ་གུས་ཞབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།  
གལ་ཏེ་བྱིས་ཀྱི་དགའ་ཉེ་ལ་སྐད་སྦྱར་བ་ཞིག་ལྡན་དགོས་ན། ཡིག་སྦྱར་དང་སྐད་སྦྱར་ཞབས་ཀྱི་ལ་ ༡༣༡ ༩༧༠ ཐོག་ཁ་བར་གཏོང་།  
བྱིས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་བྱིས་སྤོལ་མཐུན་བྱེད་འདོད་པའི་ཞབས་ཀྱི་སྐོར་འདི།

**སེམས་སྤྲུག་དང་བོད་ཆག་རམ་འདེགས།**

**ཁ་བར་ཐོག་ནས་ལམ་སྟོན།**

སེམས་སྤྲུག་དང་ལྷ་རྩེ་གིས་ཚོན་པའི་ཆེད་ཨོ་སི་ཱོ་ལི་ཡའི་ལྷོ་གནས་ཀྱིས་ཀན་གསལ་སྡེ་ཁག་གི་ལས་བྱེད་དང་ཀན་གསལ་སྡེ་སྤོང་མཁོ་སྤོང་བ།  
དེ་བཞིན་ཚོས་ལུགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་སྡེ་ཁག་དག་ལ་རོགས་བ་བྱེད་ནས་དེ་དག་སོ་སོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཉོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་- ༡༩  
ཚུན་པས་སེམས་སྤྲུག་དང་བོད་ཆག་བྱུང་བ་དག་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་པ་ཡིན། སོ་སོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་རོགས་བ་ཇི་ལྟར་བྱ་ཆུང་བ་བྱེད་ཀྱི་སྤོལ་སྟོན་ཆེད་  
༡༧༠༠ ༩༩༩ ༩༠༠ ལྟང་ཁ་བར་གཏོང་།

བྱིས་ཀྱིས་ཁ་བར་གཏོང་སྐབས། བྱིས་ཀྱིས་ཁོང་ཚོ་ལ་སོ་སོའི་ཉོག་དབྱིབས་ལ་གང་རོགས་རམ་བྱེད་དགོས་སྐོར་སྐད་ཆ་བཤད་ཆོག  
འདིའི་ཁོངས་ཚུད་བ་དག་ནི་ཤེ་ལི་ཉེལ་ཐ་ (ཁ་བར་འམ་བརྟན་པར་ཚོགས་འདུ།) བརྒྱུད་ནས་སམ། ཡང་ན།  
མི་ངོ་གཏུག་ནས་རུ་ཁག་ལམ་སྟོན་འམ་ལག་ལེན་པའི་ལྷན་མི་རེ་ངོ་རེའི་སྤོལ་སྟོན་ཚོགས་ཐུན་ཡིན།

སེམས་སྤྲུག་དང་ལྷ་རྩེ་གིས་ཚོན་པའི་ཆེད་ཨོ་སི་ཱོ་ལི་ཡའི་ལྷོ་གནས་ལ་སྐད་གཉེས་ལེས་མཁན་ལས་བྱེད་ཡོད།  
ཁོང་དག་གིས་ཚོང་ལག་ལྡན་ཨེ་རབ་དང་། ཅེག་ ལྷར་སི། ས་རན་སི། ཨི་ཏ་ལི། ཉི་ཏོང་། མལ་ཉི་སི། སིན་ཉ་ལ། ཉ་མིལ། སི་བེན།  
ཡིད་དེ་སྐད་བཅས་ཀྱི་ནང་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བྱིས་ཀྱིས་ཁ་བར་གཏོང་སྐབས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཆེད་རེ་ལྷ་བྱ། སྐད་ཡིག་གཞན་དག་གི་ཆེད།  
ཐོག་མ་ཡིག་སྦྱར་དང་སྐད་སྦྱར་ཞབས་ཀྱི་ལ་ ༡༣༡ ༩༧༠ ཐོག་ཁ་བར་གཏོང་བ་དང་།  
སེམས་སྤྲུག་དང་ལྷ་རྩེ་གིས་ཚོན་པའི་ཆེད་ཨོ་སི་ཱོ་ལི་ཡའི་ལྷོ་གནས་ཆེད་བཀའ་འདུན་ལྷ།

སེམས་སྤྲུག་དང་ལྷ་རྩེ་གིས་ཚོན་པའི་ཆེད་ཨོ་སི་ཱོ་ལི་ཡའི་ལྷོ་གནས་ཀྱིས་འོན་པ་དང་བོ་ཐོས་ཉམས་པའི་སྐྱེ་བོ་དག་གི་ཆེད་ཨོ་སི་ལེན་བེད་སྤོང་བྱེད་རྒྱའི་  
རམ་འདེགས་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

